

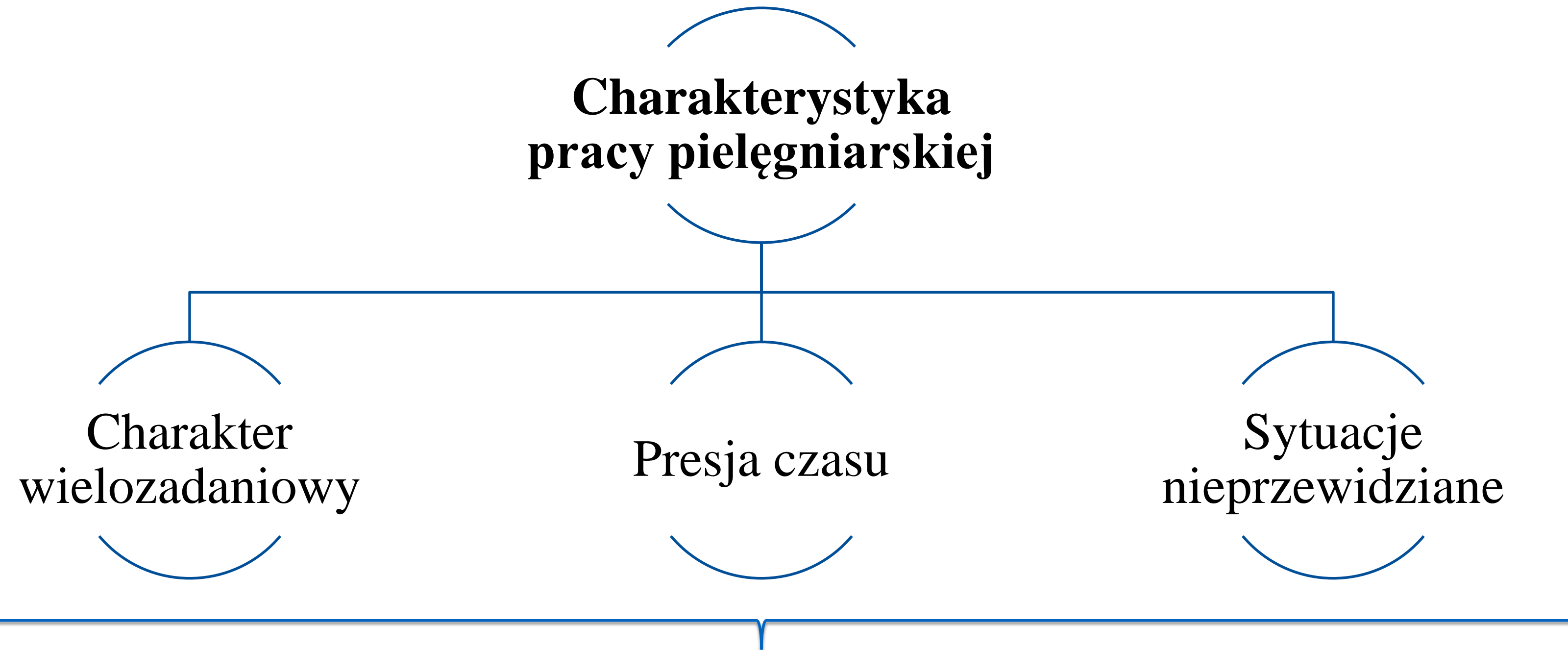
WARSZAWSKI  
UNIwersYTET  
MEDYCZNY

**Objawy zaburzeń depresyjnych i strategie radzenia  
sobie ze stresem wśród aktywnych zawodowo  
pielęgniarek – badanie pilotażowe**

mgr Magdalena Kurek, mgr Aleksandra Kielan,  
mgr Agata Olearczyk

*Zakład Zdrowia Publicznego, Wydział Nauk o Zdrowiu  
Warszawski Uniwersytet Medyczny*





Predyspozycje do postępującego zmęczenia, spadku efektywności pracy oraz obniżenia komfortu psychicznego

Chroniczny stres

**Zaburzenia zdrowia psychicznego (zaburzenia depresyjne)**



## Cel

Ustalenie częstości występowania objawów zaburzeń depresyjnych wśród aktywnych zawodowo pielęgniarek oraz określenie używanych przez nie strategii radzenia sobie ze stresem, a także sprawdzenie poprawności założonej procedury badawczej.

**Grupa badana:** 38 aktywnych zawodowo pielęgniarek

95% kobiet, 5% mężczyzn

Średnia wieku respondentów: 30,5

Średnia stażu pracy (w latach): 7,6

85% respondentów wykonywało pracę w trybie zmianowym

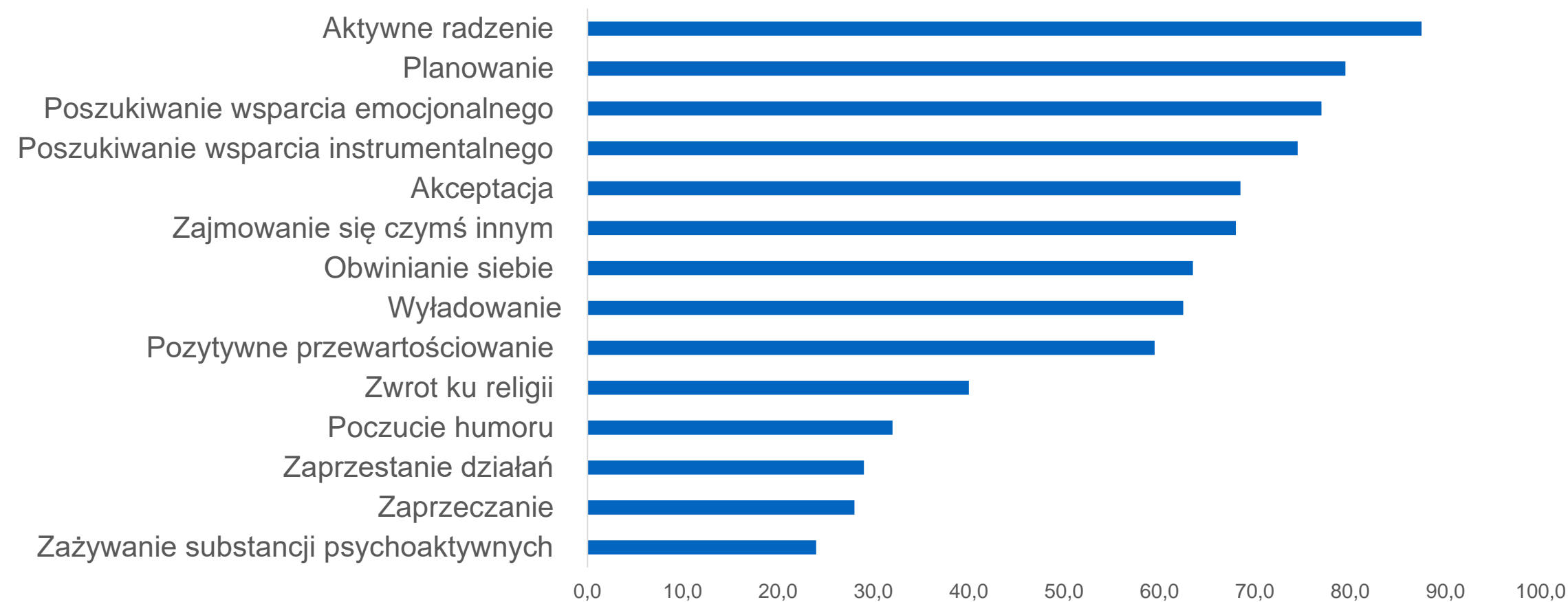
## Narzędzia badawcze:

1. Skala Depresji Becka,
2. Inwentarz do Pomiaru Radzenia Sobie ze Stresem Mini – COPE,
3. Autorski kwestionariusz osobowy

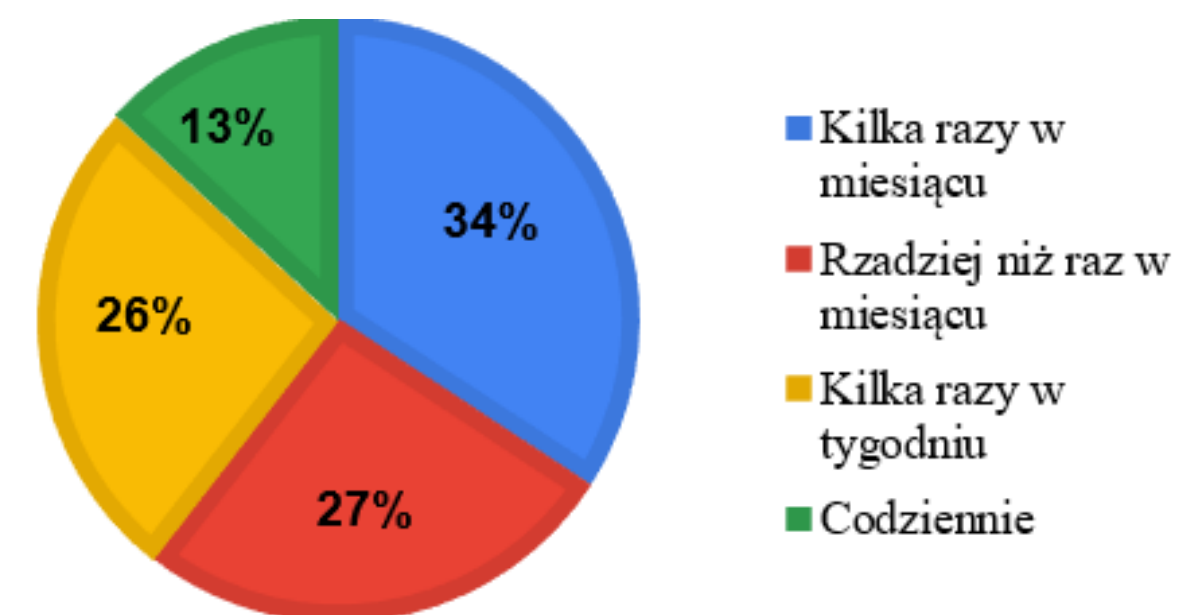
Badanie przeprowadzono metodą CAWI  
w listopadzie 2021r.



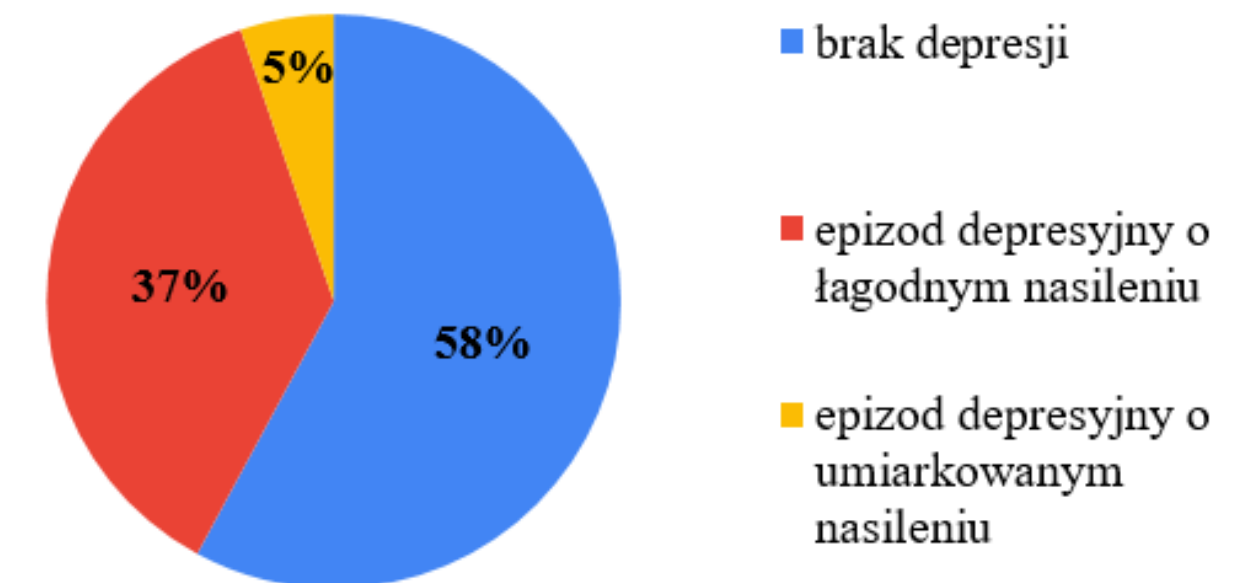
## Strategie radzenia sobie ze stresem według Mini-COPE



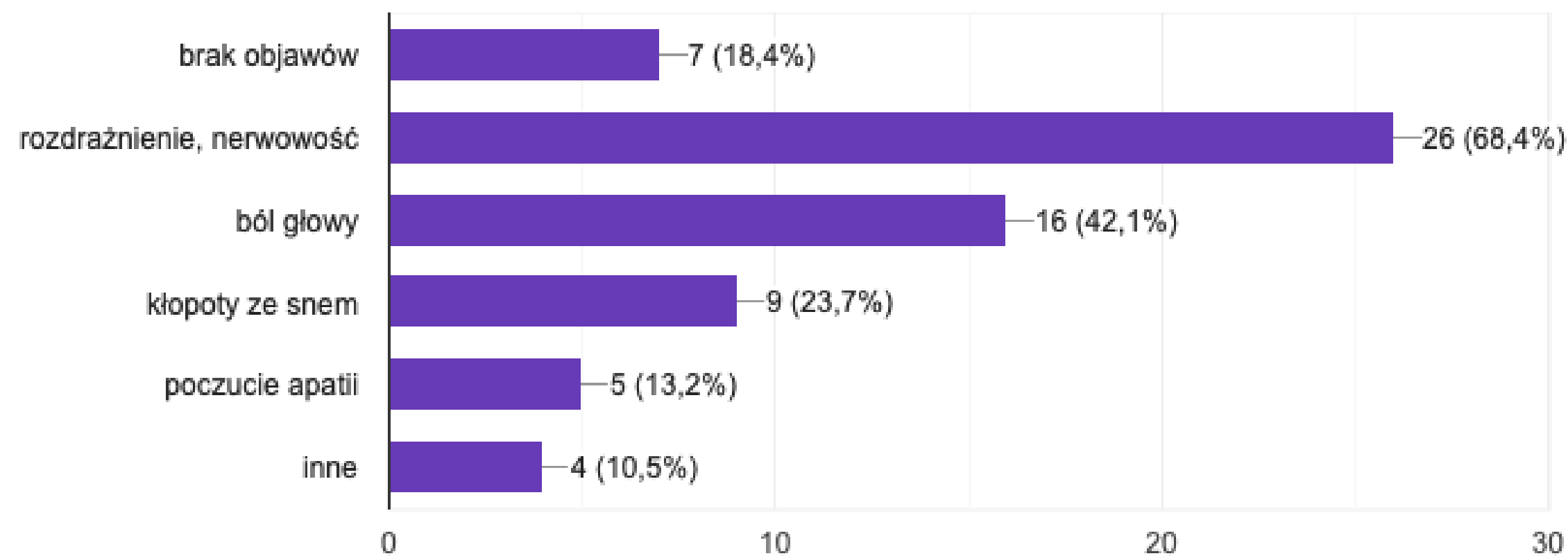
## Jak często odczuwasz negatywny stres w swojej pracy?



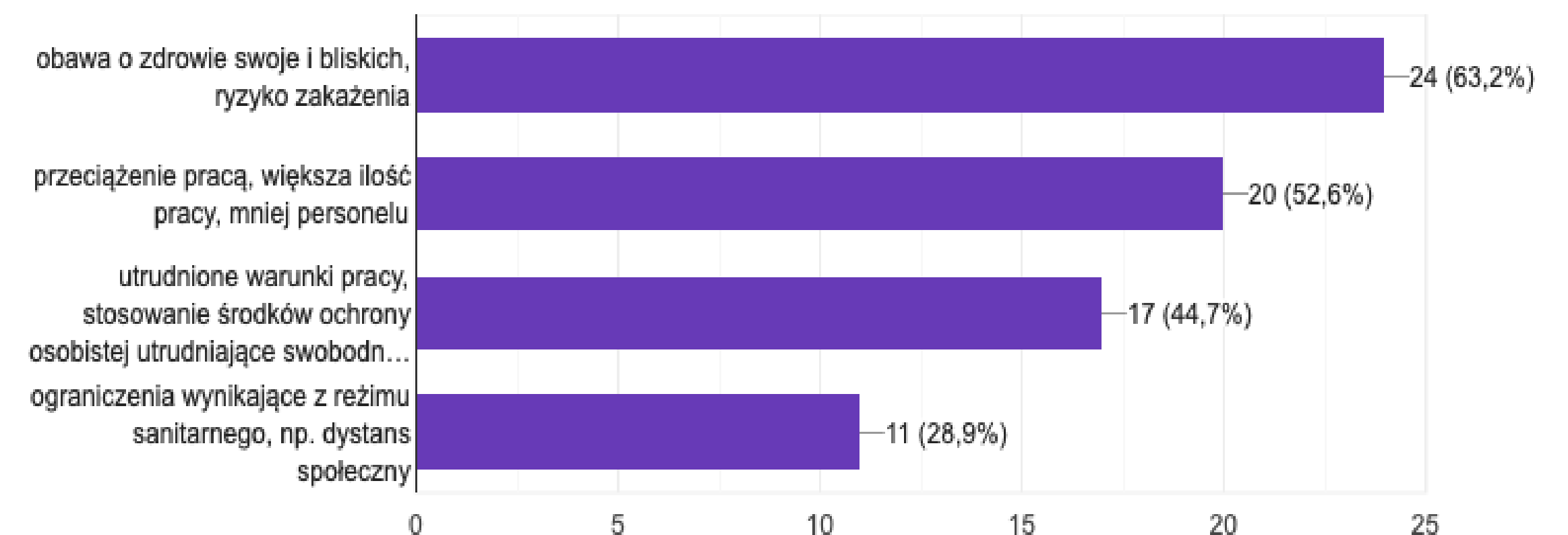
## Objawy zaburzeń depresyjnych według Skali Depresji Becka



## Czy występują u Ciebie objawy stresu?



## Jak pandemia COVID-19 przyczyniła się do stresu w Twojej pracy?





- Personel pielęgniarstwa często doświadcza negatywnego stresu w swojej pracy zawodowej.
- Najczęściej występujące objawy stresu mogą negatywnie wpływać na zdrowie psychiczne pielęgniarek oraz na funkcjonowanie w społeczeństwie.
- Badana grupa w większości korzysta z pozytywnych strategii radzenia sobie ze stresem, co może być przydatne w zachowaniu zdrowia psychicznego.
- Niepokojące jest występowanie epizodów depresyjnych wśród młodych pielęgniarek, z niewielkim stażem pracy. W niedalekiej przyszłości, w tej grupie może wystąpić zespół wypalenia zawodowego.
- Pandemia COVID-19 przyczyniła się do zwiększenia poziomu stresu u pielęgniarek. Jest to związane głównie z większą ilością pracy, niedostateczną liczbą personelu oraz obawą o zdrowie swoje i innych.